



冬のさつまいも料理
といったら

さつまいも
ごはん

レシピ

！材料！【1人～2人】

- ・ お米 1合
- ・ 水 200cc
- ・ 中 1/2本 【150g】
- ・ 塩 小さじ1/2
- ・ みりん 小さじ2 = 10cc

さつまいもごはん の作り方

- 1☒ 米はといでざるに上げておく。さつまいもはよく洗い、かわつきのまま1.5cm角に切って水にさらし、ざるに上げて水けをとる。
- 2☒ 炊飯器に水、塩、みりんを入れたらかき混ぜお米を入れ、軽にかき混ぜる。さつまいもを入れ軽くならして、炊飯する。
- 3☒ 炊き上がったら全体を混ぜ、器に盛り、好んで黒ごまを散らす。

